

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Переславцева С.Л.)
31.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	145	5,99	6,64	28,53	198,27
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		380,00	13,31	15,81	58,33	429,30
Завтрак 2	МАНДАРИН	90	0,5	0,12	13,68	57,6
Итого за завтрак 2		90,00	0,50	0,12	13,68	57,60
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0,48	2,07	3,77	35,64
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,62	2,58	10,08	70,2
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	50	4,46	17,41	0,68	199,39
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		570,00	12,13	27,63	64,84	519,51
Полдник	МОЛОКО	150	4,2	3,68	6,97	78,6
	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,93	15	73,2
Итого за полдник		170,00	5,38	4,61	21,97	151,80
Ужин 1	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	140	3,91	5,6	18,94	169,3
	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,2	1,9	1,8	26,7
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		400,00	6,02	7,83	36,20	268,22
Итого за день		1613,00	37,34	56,00	195,02	1426,43
Среднее значение за период		1613,00	37,34	56,00	195,02	1426,43

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Переславцева С.Л.)
31.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,27	9,16	39,35	273,48
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		465,00	16,51	18,70	75,86	538,38
Завтрак 2	МАНДАРИН	90	0,5	0,12	13,68	57,6
Итого за завтрак 2		90,00	0,50	0,12	13,68	57,60
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	60	0,72	3,1	5,65	53,47
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	3,66	4,86	26,43	98,57
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	70	6,24	24,37	0,95	279,14
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		700,00	15,60	36,97	79,13	672,34
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,93	15	73,2
Итого за полдник		200,00	6,22	5,34	23,37	167,52
Ужин 1	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	150	4,19	6	20,29	181,39
	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,2	1,9	1,8	26,7
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		440,00	6,91	8,33	42,69	304,20
Итого за день		1900,00	45,74	69,46	234,73	1790,04
Среднее значение за период		1900,00	45,74	69,46	234,73	1790,04